



La **Unidad de Investigación de Educación Física y Deportes (UNIVEFD)** de la Universidad de Murcia, viene desarrollando una serie de investigaciones que tienen por objetivo analizar algunas “Variables contextuales en educación física”.

Preocupados por dicho tema, se está llevando a cabo un estudio con la intención de describir algunos aspectos relacionados con la práctica en la clase de educación física. No existen contestaciones verdaderas o falsas, solo queremos conocer tu opinión acerca de lo que se te pregunta. Las respuestas son anónimas, por lo que te rogamos seas lo más sincero posible.

A través de este cuestionario queremos que expreses como ves las clases de educación física y como te sientes en las mismas. Queremos que leas el enunciado de cada apartado y señales con un círculo el grado de acuerdo o desacuerdo con lo que te indicamos.

Deporte: se entenderá “deporte” como toda actividad tanto física (aerobic, footing, musculación, etc.) como deportiva (fútbol, baloncesto, natación, etc.) que se realice fuera del horario escolar.

Edad:años	Sexo de tu profesor/a:	¿Practicas deporte?:
Sexo:	Hombre <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>
Hombre <input type="checkbox"/>	Mujer <input type="checkbox"/>	Si <input type="checkbox"/> (¿cuántos días?)
Mujer <input type="checkbox"/>		Puntualmente <input type="checkbox"/>
Centro:		2 o 3 días a la semana <input type="checkbox"/>
Público <input type="checkbox"/>		Más de 3 días a la semana <input type="checkbox"/>
Privado <input type="checkbox"/>		¿Cuántos minutos al día?
	minutos

Estrategias del profesor para controlar la disciplina en clase (SSDS)

El profesor de Educación Física...	Totalmente en desacuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Hace las clases divertidas	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
2. Atrae nuestra atención y hace las clases más interesantes	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
3. Nos hace sentirnos mal con nosotros mismos cuando no somos disciplinados	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
4. Nos hace sentir que no hay disciplina en la clase	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
5. Atrae nuestra atención y nos enseña nuevas habilidades y juegos	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
6. Nos inculca que queramos el progreso en nuestros compañeros	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
7. Nos recuerda que ser disciplinado es una norma de clase	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
8. Nos ayuda en las decisiones que tomamos en clase	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
9. Realmente no hace nada por mantener la disciplina	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
10. Nos ayuda a ser responsables de nuestro progreso	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
11. Hace las clases de tal manera que atendamos y comprendamos lo que hacemos bien y/o mal	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
12. Nos hace sentirnos incómodos cuando no somos disciplinados	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
13. Nos ayuda a comprender a los demás	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
14. Nos recuerda que hemos asumido ser disciplinados	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
15. Hace las clases emocionantes	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
16. Atrae nuestra atención para hacernos comprender que es importante hacerlo bien	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
17. Nos recuerda que solo aquellos que son disciplinados son considerados buenos estudiantes	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
18. Nos enseña como ayudar a los demás en clase	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
19. Grita a aquellos que no son disciplinados	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
20. Nos ayuda a ser responsables de nuestras acciones	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
21. Atrae nuestra atención para que intentemos mejorar nuestras habilidades	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
22. No se interesa por la disciplina de la clase	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
23. Nos hace disfrutar en la clase	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
24. Nos hace sentirnos avergonzados si no somos disciplinados	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
25. Nos ayuda a cooperar y a entendernos mutuamente	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
26. Nos amenaza diciendo que tendremos problemas si nos portamos mal	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
27. Nos ayuda a ser personas responsables	1 - 2 - 3 - 4 - 5	

Escala de percepción de éxito (PSOQ)

En las clases de educación física siento que tengo éxito...	Totalmente en desacuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Cuando derroto a los demás	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
2. Cuando soy el mejor	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
3. Cuando trabajo duro	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
4. Cuando demuestro una clara mejoría personal	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
5. Cuando mi actuación supera la del resto de mis compañeros	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
6. Cuando demuestro al profesor y a mis compañeros que soy el mejor	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
7. Cuando supero las dificultades	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
8. Cuando domino algo que no podía hacer antes	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
9. Cuando hago algo que los demás no pueden hacer	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
10. Cuando rindo a mi mejor nivel de habilidad	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
11. Cuando alcanzo una meta	1 - 2 - 3 - 4 - 5	
12. Cuando soy claramente superior	1 - 2 - 3 - 4 - 5	

Escala de motivación deportiva (SMS), adaptada al contexto de la educación física

Participo y me esfuerzo en las clases de educación física...	Totalmente en desacuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Por el placer de vivir experiencias estimulantes	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7	
2. Por el placer de saber más sobre las actividades que practico	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7	
3. Antes participaba y me esforzaba en las clases, pero ahora me pregunto si debo continuar haciéndolo	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7	
4. Por el placer de descubrir nuevas actividades físico-deportivas	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7	
5. Tengo la impresión de que no soy capaz de tener éxito en las actividades físico-deportivas que realizo	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7	
6. Porque me permite estar bien considerado/a entre la gente que conozco	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7	
7. Porque, en mi opinión, es una de las mejores formas de relacionarme	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7	
8. Porque me siento muy satisfecho/a cuando consigo realizar adecuadamente las actividades físico-deportivas más difíciles	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7	
9. Porque es una manera de estar en forma	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7	
10. Por el prestigio de ser bueno/a en las actividades de clase	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7	
11. Porque es una de las mejores formas de desarrollar otros aspectos de mí mismo/a	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7	
12. Por el placer que siento cuando mejoro alguno de mis puntos débiles	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7	
13. Por la sensación que tengo cuando estoy concentrado/a realmente en la actividad	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7	
14. Porque debo practicar actividad físico-deportiva para sentirme bien conmigo mismo/a	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7	
15. Por la satisfacción que experimento cuando estoy perfeccionando mis habilidades	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7	
16. Porque las personas de mi alrededor piensan que es importante estar en forma	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7	
17. Porque es una buena forma de aprender cosas que me pueden ser útiles en otros aspectos de mi vida	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7	
18. Por las intensas emociones que experimento cuando practico una actividad físico-deportiva que me gusta	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7	
19. Realmente no me siento capacitado/a para la práctica físico-deportiva	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7	
20. Por el placer que siento mientras realizo ciertos movimientos difíciles	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7	
21. Porque me sentiría mal si no participara en la clase	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7	
22. Para mostrar a los demás lo bueno/a que soy cuando hago las actividades	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7	
23. Por el placer que siento cuando aprendo a realizar actividades que nunca había hecho anteriormente	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7	
24. Porque es una de las mejores formas de mantener buenas relaciones con mis amigos/as	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7	
25. Porque me gusta el sentimiento de estar totalmente metido/a en la actividad	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7	
26. Porque debo adquirir hábitos de práctica físico-deportiva	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7	
27. Por el placer de descubrir nuevas estrategias de ejecución	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7	
28. A menudo me digo a mí mismo/a que no puedo alcanzar las metas que me establezco	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7	

Escala para medir el autoconcepto físico (PSPP)

Cuando realizo actividad física...	Totalmente en desacuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Soy muy bueno/a en casi todos los deportes	1 - 2 - 3 - 4	1 - 2 - 3 - 4
2. Siempre mantengo una excelente condición y forma física	1 - 2 - 3 - 4	1 - 2 - 3 - 4
3. Comparado con la mayoría, mi cuerpo no es tan atractivo	1 - 2 - 3 - 4	1 - 2 - 3 - 4
4. Comparado con la mayoría de la gente de mi mismo sexo, creo que me falta fuerza física	1 - 2 - 3 - 4	1 - 2 - 3 - 4
5. Me siento muy orgulloso/a de lo que soy y de lo que puedo hacer físicamente	1 - 2 - 3 - 4	1 - 2 - 3 - 4
6. Creo que no estoy entre los/as más capaces cuando se trata de habilidad deportiva	1 - 2 - 3 - 4	1 - 2 - 3 - 4
7. Siempre me organizo para poder hacer ejercicio físico intenso de forma regular y continuada	1 - 2 - 3 - 4	1 - 2 - 3 - 4
8. Tengo dificultad para mantener un cuerpo atractivo	1 - 2 - 3 - 4	1 - 2 - 3 - 4
9. Mis músculos son tan fuertes como los de la mayoría de las personas de mi mismo sexo	1 - 2 - 3 - 4	1 - 2 - 3 - 4
10. Siempre estoy satisfecho/a de cómo soy físicamente	1 - 2 - 3 - 4	1 - 2 - 3 - 4
11. No me siento seguro/a cuando se trata de participar en actividades deportivas	1 - 2 - 3 - 4	1 - 2 - 3 - 4
12. Siempre mantengo un alto nivel de resistencia y forma física	1 - 2 - 3 - 4	1 - 2 - 3 - 4
13. Me siento avergonzado/a de mi cuerpo cuando se trata de llevar poca ropa	1 - 2 - 3 - 4	1 - 2 - 3 - 4
14. Cuando se trata de situaciones que requieren fuerza, soy el primero/a en ofrecerme	1 - 2 - 3 - 4	1 - 2 - 3 - 4
15. Cuando se trata del aspecto físico, no siento mucha confianza en mi mismo	1 - 2 - 3 - 4	1 - 2 - 3 - 4
16. Considero que siempre soy de los/as mejores cuando se trata de participar en actividades deportivas	1 - 2 - 3 - 4	1 - 2 - 3 - 4
17. Suelo encontrarme un poco incómodo/a en lugares donde se practica ejercicio físico y deporte	1 - 2 - 3 - 4	1 - 2 - 3 - 4
18. Pienso que a menudo se me admira porque mi físico o mi tipo de figura se considera atractiva	1 - 2 - 3 - 4	1 - 2 - 3 - 4
19. Tengo poca confianza cuando se trata de mi fuerza física	1 - 2 - 3 - 4	1 - 2 - 3 - 4
20. Siempre tengo un sentimiento verdaderamente positivo de mi aspecto físico	1 - 2 - 3 - 4	1 - 2 - 3 - 4
21. Suelo estar entre los/as más rápidos/as cuando se trata de aprender nuevas habilidades deportivas	1 - 2 - 3 - 4	1 - 2 - 3 - 4
22. Me siento muy confiado/a para practicar de forma continuada y para mantener mi condición física	1 - 2 - 3 - 4	1 - 2 - 3 - 4
23. Creo que, comparado/a con la mayoría, mi cuerpo no parece estar en la mejor forma	1 - 2 - 3 - 4	1 - 2 - 3 - 4
24. Creo que, comparado/a con la mayoría, soy muy fuerte y tengo mis músculos bien desarrollados	1 - 2 - 3 - 4	1 - 2 - 3 - 4
25. Desearía tener más respeto hacia mi "yo" físico	1 - 2 - 3 - 4	1 - 2 - 3 - 4
26. Cuando surge la oportunidad, siempre soy de los/as primeros/as para participar en deportes.	1 - 2 - 3 - 4	1 - 2 - 3 - 4
27. Creo que, comparado con la mayoría, mi nivel de condición física no es tan alto	1 - 2 - 3 - 4	1 - 2 - 3 - 4
28. No me siento seguro/a sobre la apariencia de mi cuerpo	1 - 2 - 3 - 4	1 - 2 - 3 - 4
29. Creo que no soy tan bueno/a como la mayoría cuando se trata de situaciones que requieren fuerza	1 - 2 - 3 - 4	1 - 2 - 3 - 4
30. Me siento muy satisfecho/a tal y como soy físicamente	1 - 2 - 3 - 4	1 - 2 - 3 - 4

